

キッズ デイム

毎週火曜日はキッズの日

小久保選手も鍛えている!! 見えないものを見る「立体視」

プロ野球・巨人 王貞治さん

「一本足」で世界の本塁打王

「立体視」や「距離感」をつかむために覚えておこう!!

小久保選手はプロ野球選手ですが、立体的な視覚を鍛えている。それは、目と目の距離を調整して、遠くを見ても、近くを見ても、同じように見えるように調整している。これは、プロ野球選手だけでなく、すべての人が鍛えるべき能力だ。

巨人の王貞治選手は、プロ野球界の巨人。彼は、長い打席で、常に最高のパフォーマンスを発揮している。その秘密は、彼の「一本足」の打撃にある。これは、世界の本塁打王と呼ばれている。

「立体視」や「距離感」をつかむために、特別なトレーニングが必要だ。これは、目の筋肉を鍛え、視覚情報を正確に処理できるようにする。

両目のチームワーク高めよう

両目を寄せて左右の図を見つめ、2本の線が中央のマークで交差して見えるように目を動かして、あ→い→うの順に見ます。真ん中のマークに戻り、A→B→Cの順に見ましょう。いずれも2本の線が交差して見えればOKです。

目を鍛えればスポーツ能力は向上する

目を鍛えれば、スポーツ能力は向上する。これは、目の筋肉を鍛え、視覚情報を正確に処理できるようにする。

「一本足」で世界の本塁打王

巨人の王貞治選手は、プロ野球界の巨人。彼は、長い打席で、常に最高のパフォーマンスを発揮している。その秘密は、彼の「一本足」の打撃にある。

エキセントリックカード

2つの円を約30度離れて見つめ、寄り目を見ます。円が3つに見えて真ん中の円が手前に飛び出して見えたら合格です。

視界の交差位置

平行法と交差法を比較し、視界の交差位置を近づける方法を説明する。

みんなも挑戦しよう

「立体視」に挑戦しよう。両目を寄せて左右の図を見つめ、2本の線が中央のマークで交差して見えるように目を動かして、あ→い→うの順に見ます。真ん中のマークに戻り、A→B→Cの順に見ましょう。いずれも2本の線が交差して見えればOKです。

この新聞1ページの中に「ビジョントレーニング」という単語はいくつあるでしょうか。

正解はこの紙面のどこかにあります。2人1組で例えばひらがなの「あ」はいくつあるか、数字の「1」は？などと決めて、30秒でできるだけ多く見つけた人が勝ちというルールでも、目のトレーニングができますよ。

幼児教育で知られる七田チャイルド・アカデミー

「小学校卒業後も通える教室がほしい」との声が多数上がり、1999年に世界初のメンタル・ビジョントレーニングを中心とする成人向け脳力開発トレーニングジムとして設立された。同アカデミーのグループ企業である日本脳力開発研究所が運営。大阪・天王寺に本社を置き、全国にジムがある。小学生対象の「目の学校コース」では定期的に「目の使い方をチェック」＝写真＝を専門機材を使って実施している。受講料は1回1050円だが、申し込み時に「デイリーを見た」という方は無料サービスを受けられる。

巨人・王貞治の本塁打王

王貞治選手は、プロ野球界の巨人。彼は、長い打席で、常に最高のパフォーマンスを発揮している。その秘密は、彼の「一本足」の打撃にある。これは、世界の本塁打王と呼ばれている。

ばんしゅう戸倉 スノーパーク

リフト1日券 3,500円 平日駐車料金 無料

URL <http://www.bansyu-tokura.com/>

家族みんなで遊ぼう! キッズパラダイス

スローパラダイス

雪飯

2月5日 ばんとく雪祭り

2月のゴルフエントリー情報

県	コース名	電話	料金	備考
密	作州武蔵CC	0120-634-551	平日 6700円、土日祝 9700円(全日 1000円分昼食付)	1,29日武蔵コンペター 6480円(1000円分の昼食付)。更に飛び賞あり
大阪	京阪GC	072-677-9900	平日 6000円(到着順)。土 8000円、日祝 9000円(予約制)。追加9H2000円/早朝・薄暮有	2月の冬期料金! 左記1R料金より500円OFF!
	高槻GC	072-671-0300	平日 5500円、土日祝 8000円。薄暮(9H) 平日 3000円、土日祝 4500円	2月29日まで冬期料金1.5R追加料金も1000円引き!
兵庫	オリエンタルGC	0794-88-0020	大人気「モーニングピュッフェ・昼食付」プラン 1日~3日、20日~26日、平日7900円、土日祝12000円	2/14「ペーカリー&スイーツ杯」9時台 8500円昼食参加費込
	兵庫CC	078-581-1315	平日 7000円(C9100円)、土日祝 10000円(C12100円)※昼食は含まれておりません	4日(土)兵庫サタデーコンペ 11575円(昼食含、コンペ参加費込)
兵庫	関西軽井沢GC	072-769-0201	東・西平日 6500円、土日祝 11100円。南・北平日 5500円、土日祝 9980円。※すべて1155円昼食付	土・日・祝(南・北コース) 9980円(昼食付)
	ベル・グリーンCC	079-558-0580	2/1~2/29 迄西・中コース平日 7000円、土日祝 9000円(各コース昼食付)	東・東コースは平成24年3月1日(水)より再営業致します
兵庫	東海CC	072-733-3737	月木 6500円(昼食付)、金 7300円(昼食付)、火水 7500円(バイク)、土祝 11000円、日 12000円、2/1感謝祭 6000円	女性は水曜日 300円引 2/6,7休場日
	滝野CC 迎賓館コース	0795-47-1911	スポット優待デー! 1,2,7,10,14,15,16,27,28日はデイリー見た! 8900円(昼食付)	パーティチャレンジデー 29日 9500円(昼食付)
兵庫	播州CC	0791-52-4037	平日 4980円、土日祝 7980円。割増無の土日祝早朝・薄暮スルーは大好評(要新聞見た)	土日祝3サム 800円増し 2サム 2100円増し
	千草CC	0790-76-3333	2月営業はクローズです 3月10日(土)より24年度オープン予定	
京都	太閤垣CC 丹波コース	0771-82-1111	~2/29月・金サービスデー 4980円。平日 5500円、土祝 8800円、日 9800円(1Rプレーフィ・諸謝込)	全日2サム割増なしでご利用いただけます
	滋賀 紫雲楽国際CC	0748-83-0031	「デイリースポーツ見た」で、平日 7480円、土日祝 12980円(除外日あり)	毎週水・木は料理長特別メニューサービス 7980円(2/2,28は除く)他にイベント多数。詳しくは各クラブへ

※料金はすべてセルフ料金。Cはキャディー付